

# Angustia

## Normal y patológica

- La angustia es una de las emociones básicas, entendiéndose por emoción un modo de reaccionar y adaptarse ante estímulos externos o internos.
- La angustia se entiende como una respuesta asociada al riesgo o la incertidumbre.
- En este sentido, es importante entender que aunque se trata de una emoción de carácter desagradable, **no debe considerarse anormal.**

# Angustia

## Normal y patológica

- La angustia es consustancial a la vida, ya que pone al organismo en alerta, tanto en sus componentes psíquicos como fisiológicos.
- Nos permite reaccionar frente al peligro, es decir, nos prepara para luchar o huir.
- También se ha considerado un componente importante del proceso de motivación para resolver problemas.
- En este sentido existen evidencias de que la cuota precisa de angustia facilita el aprendizaje.

# Angustia

## Normal y patológica

- De modo que se puede representar la angustia normal como un continuo, que se transforma en **patológica** cuando **pierde sus cualidades adaptativas**.
- Una buena analogía, que se utiliza con frecuencia, es que **la angustia puede considerarse como un dolor psíquico**, o bien, que la angustia es a lo psíquico como el dolor es a lo físico.

# ¿Cómo distinguir la angustia normal de la patológica?

- La definición y las principales características de la angustia patológica se resumen en el siguiente listado:
- Conjunto de signos y síntomas emocionales, cognitivos, conductuales y físicos.
- Constituye un cambio respecto de la condición habitual.
- Persistente o recurrente en el tiempo.
- Produce sufrimiento subjetivo.
- Produce mal funcionamiento o discapacidad.

# Cómo distinguir la angustia normal de la patológica?

- Al componente psíquico de la angustia, que se traduce en una actitud expectante, se le denomina expectación aprensiva o ansiedad anticipatoria.
- Es por ello que se considera una **emoción dirigida hacia el futuro**, asociada a lo negativo que podría suceder, en contraposición con el ánimo depresivo que se **relaciona con la pérdida, con lo ya sucedido**.

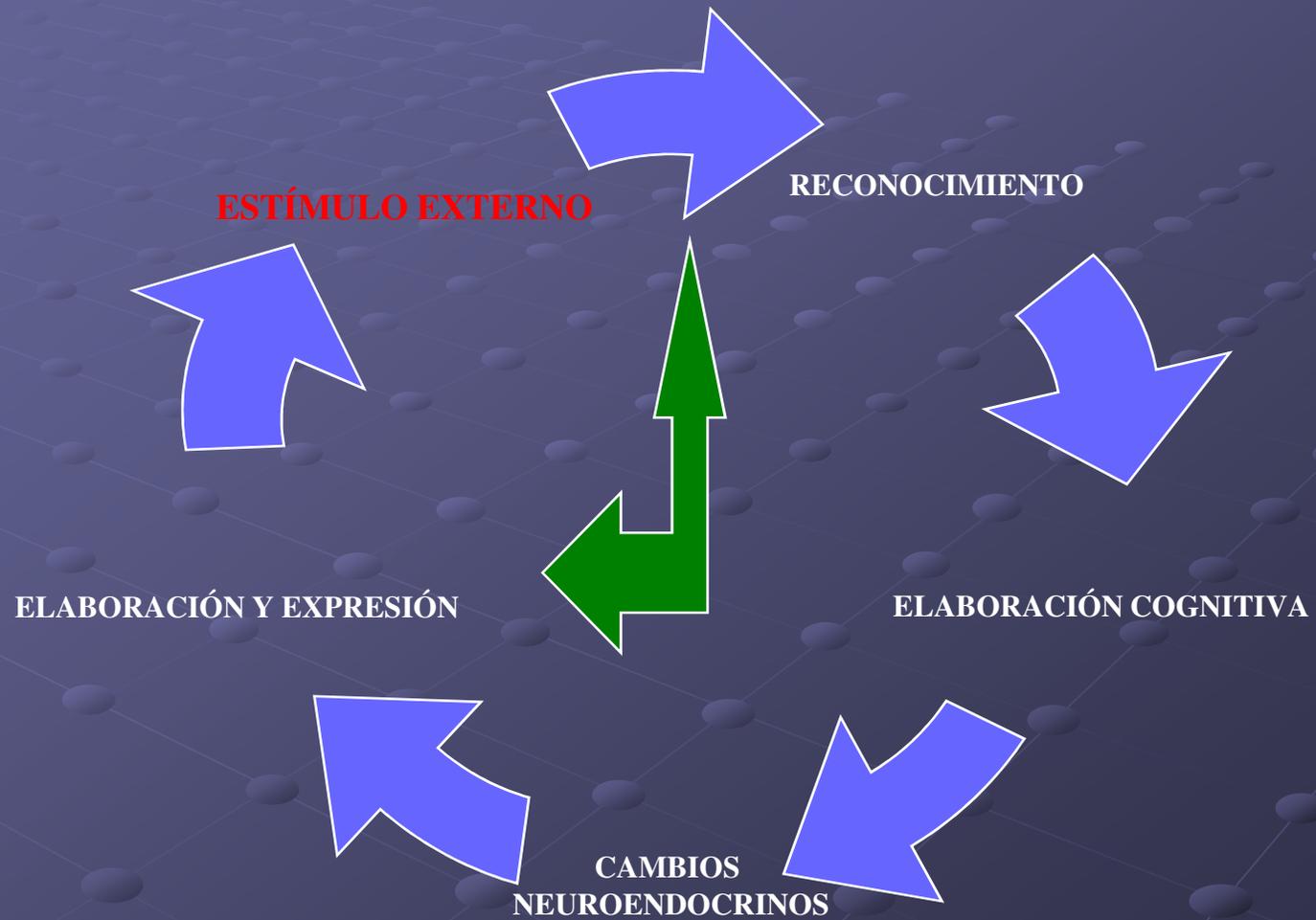
# Cómo distinguir la angustia normal de la patológica?

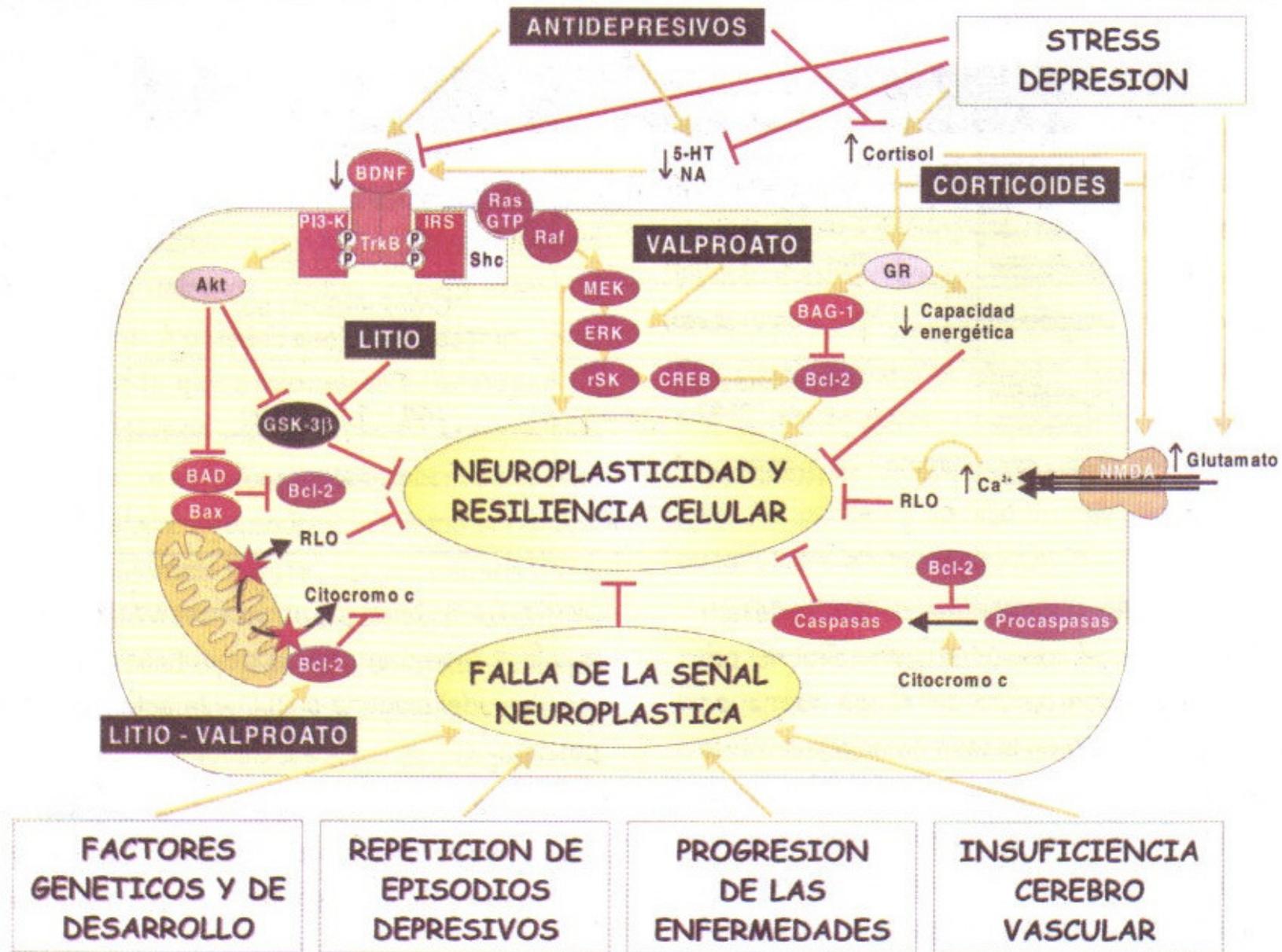
- Suele acompañarse de preocupación excesiva, inquietud, facilidad para sobresaltarse, irritabilidad, dificultades de concentración y alteraciones del sueño.

# Cómo distinguir la angustia normal de la patológica?

- Una serie de molestias físicas son propias de la angustia:
- Tensión muscular aumentada (dolores, tics, cefaleas.)
- Redistribución del flujo circulatorio (frialdad extremidades, sensación de hormigueo).
- Hiperactividad autonómica (aumento del pulso, la respiración, sudoración, peristaltismo intestinal y aumento de frecuencia urinaria.)

# Círculo de la emocionalidad





Predisposición Genética → Eventos Adversos Tempranos



Fenotipo Vulnerable



- Hiperactividad HPA y sistema CRH
- Hiperactividad sistema noradrenérgico
- Afección de la neurogénesis en Hipocampo
- Neurotoxicidad del Hipocampo



VULNERABILIDAD AUMENTADA  
AL STRESS Y A EVENTOS VITALES



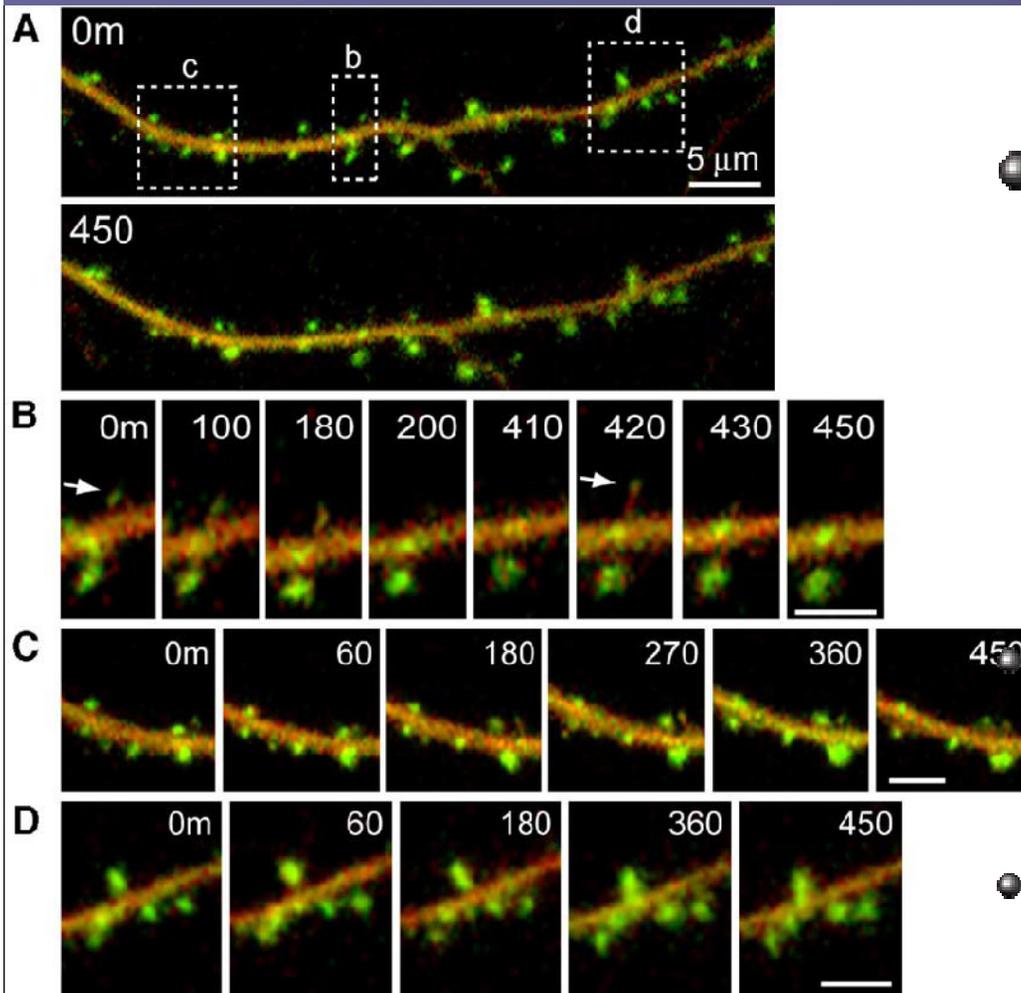
Traumas o eventos aversivos  
Cotidianos en el desarrollo



ALTERACIONES BIOLÓGICAS



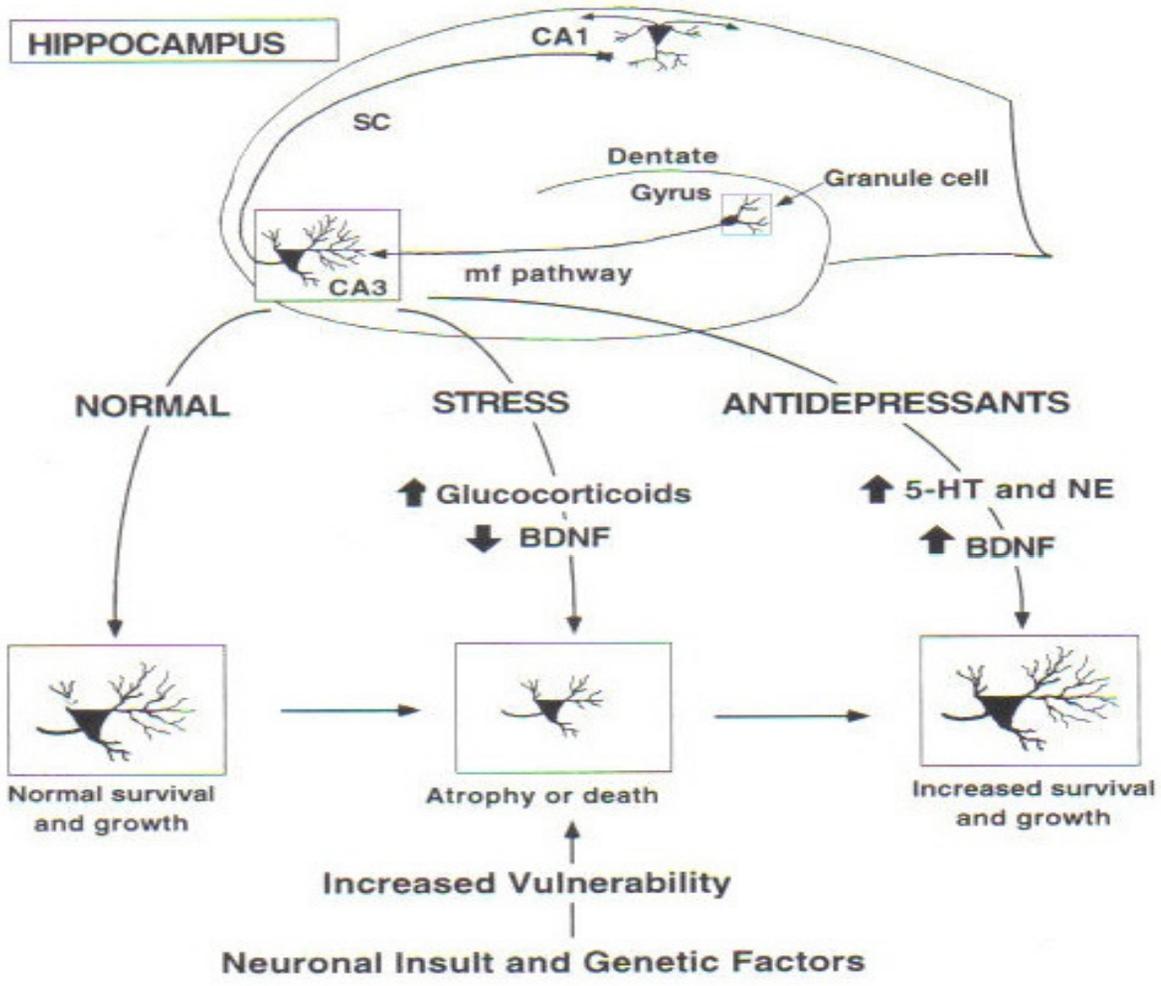
CAMBIOS CONDUCTALES Y EMOCIONALES



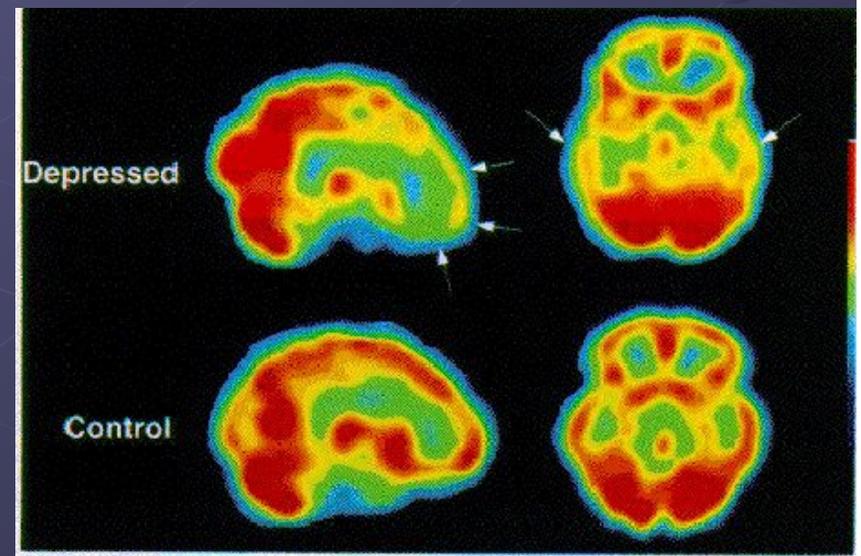
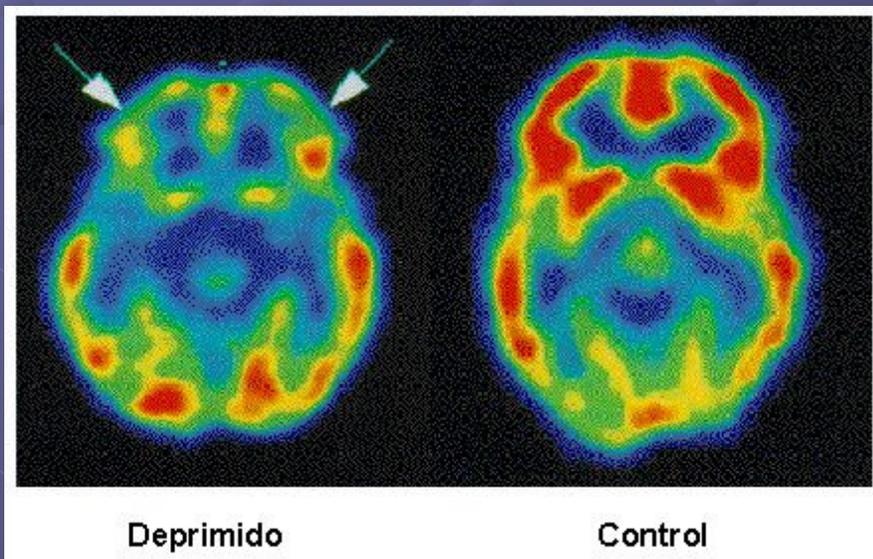
Neuronas control – en variable tiempo - mostrando sinapsis maduras y estables y filopodios transitorios. Cortes de hipocampo se cultivaron x 5 días y luego co – transfectaron con “DNA encoding PSD95-GFP (green) and DsRed2 (red)”.

**A.** Dendrita apical de neurona piramidal CA3, al comienzo y final de la sesión. > estables.

**B.** Evolución en el tiempo; al comienzo aun cambian en el tiempo de observación.



- Hipoperfusión frontotemporal
- Hipofrontalidad
- (Imagen por PET)



# Otros aspectos fundamentales

- Espiritualidad

- No se trata de imponer la visión que cada uno tenga de este aspecto, sino de respetar y dar los espacios a la espiritualidad del paciente y su familia según el contexto sociocultural.

- Ayudarle a atreverse, a preguntarse, finalmente a reconciliarse.

# Otros aspectos fundamentales

- **NO AL “FURORE CURANDI”**
- **PERMITIR EL DESARROLLO DE LAS ETAPAS DEL DUELO (Dra. Kubler-Ross)**
  - **A) SORPRESA**
  - **B) NEGACIÓN**
  - **C) DEPRESIÓN**
  - **D) ACEPTACIÓN**